

## « Le vélo au service d'une mobilité inclusive et solidaire à Ménimur II »

Au cœur du quartier de Ménimur à Vannes, un groupe de femmes s'est lancé un défi de taille : apprendre – ou réapprendre – à faire du vélo. Pendant sept séances, ces habitantes ont participé à une session de mobilité à vélo pour accompagner celles qui n'avaient jamais pédalé ou qui avaient des appréhensions à circuler dans le trafic.

Encadrées par une animatrice mobilité à vélo et un animateur du centre social, elles ont découvert une méthode progressive et rassurante : la technique de la draisienne. En retirant les pédales dans un premier temps, les participantes apprennent à maîtriser l'équilibre, à avancer en poussant avec les pieds, puis à trouver naturellement le mouvement du pédalage.

Cette approche simple mais redoutablement efficace a porté ses fruits : au fil des séances, la peur a laissé place au sourire, à la confiance, à un sentiment de liberté et surtout à une véritable fierté.

Au-delà de l'apprentissage technique, cette session d'apprentissage a été un espace d'échanges et de solidarité. Chacune a progressé à son rythme, encouragée par la belle dynamique de groupe. Belle cohésion de groupe, d'entraide et d'encouragements.

Pour clôturer cette belle aventure, les participantes ont partagé un temps convivial autour d'un goûter. Ce moment a permis de faire le bilan, de recueillir le ressenti de chacune et de célébrer les progrès accomplis.

La dernière séance s'est prolongée par une visite à l'atelier de réparation vélo d'AcSoMur, où deux femmes ont même acheté un vélo d'occasion, déterminées à poursuivre leur apprentissage et à pratiquer régulièrement.

Ce projet a pu voir le jour grâce au soutien de la DDETS56, de la ville de Vannes et de Morbihan Habitat, partenaires financiers engagés en faveur de la mobilité pour toutes.

Bravo à ces femmes pour leur persévérance et leur belle énergie !

